

Dieses Buch beinhaltet Themen, die potenziell belastend sein können.  
Eine Auflistung dieser Themen findest du auf Seite 315.



Originalausgabe

1. Auflage 2025

© Atrium Verlag AG, Imprint Arctis, Zürich 2025

GPSR-Kontakt: W1-Verlage GmbH, Semperstraße 24,  
22303 Hamburg, [gpsr@w1-verlage.de](mailto:gpsr@w1-verlage.de)

Alle Rechte vorbehalten. Der Verlag untersagt ohne ausdrückliche schriftliche Zustimmung die Nutzung dieses Werkes im Sinne des § 44b UrhG für das Text- und Data-Mining.

© Text: Amani Padda, Anna Dimitrova, Basma Hallak, Justine Pust, Katharina Seck, Rabia Doğan

Lektorat: Pia Schmickl

Umschlaggestaltung: Johanna Lohse und Heike Kortylak  
(W1-Verlage GmbH) unter der Verwendung der Illustrationen

© 2025 von Debs Lim (@debslim)

Innenillustrationen: Amani Padda


Satz: Dörlemann Satz, Lemförde

Druck und Bindung: GGP Media GmbH, Pößneck

Printed in Germany

ISBN 978-3-03880-233-4

[www.arctis-verlag.de](http://www.arctis-verlag.de)

 Folgt uns auf Instagram unter  
[@arctis\\_verlag](https://www.instagram.com/arctis_verlag)

# INHALTSVERZEICHNIS

Amani Padda

**Das Hochzeitsduell**

S. 9–63

Anna Dimitrova

**Gereizt**

S. 65–107

Basma Hallak

**Meme-Girl**

S. 109–163

Justine Pust

**Die Stimme, die wir fanden**

S. 165–215

Katharina Seck

**Dein Lachen auf meine Kosten**

S. 217–267

Rabia Doğan

**Und dann kam der Mut**

S. 269–313

Nachwort

S. 314

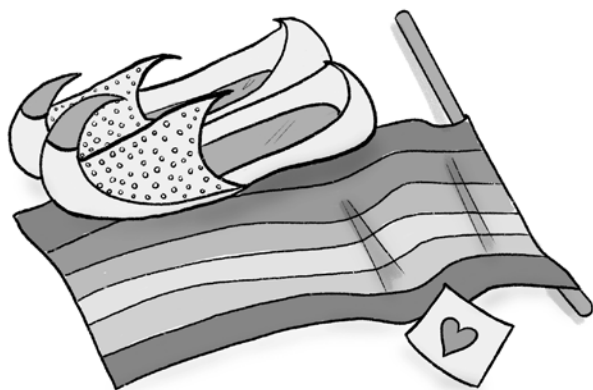
Inhaltswarnung

S. 315



# AMANI PADDA

## DAS HOCHZEITSDUELL



## DIE SCHUHE

Auf Hochzeiten muss ich immer weinen.

Vollkommen egal, ob ich mit dem Brautpaar verwandt bin oder nicht, der Damm bricht jedes Mal. Wenn man bedenkt, zu wie vielen Hochzeiten meine Familie in einer Saison eingeladen wird, sollten meine Tränendrüsen mittlerweile komplett leer geheult sein. Erst letztes Wochenende saß ich mit feuchten Wangen vor meinem Teller, weil ich nicht glauben konnte, wie gut das Tandoori Chicken schmeckte. Und scharf. Aber trotzdem gut.

Ein indisches Fest ist kein Sprint, sondern ein Marathon. Es braucht mindestens eine Woche, um alle Traditionen abzuhaken und nur die Hälfte von ihnen ergeben für mich Sinn. Selten sind es die großen Momente am Hochzeitstag, sondern vielmehr die kleinen Gesten davor, die meine Augen zum Überlaufen bringen.

Da wären zum Beispiel meine Eltern, die stundenlang Schulter an Schulter in der Küche stehen und Samosas falten. In ihren Händen werden die Teigtaschen zu kleinen, voll gepackten Liebesbriefen. Sie summen leise Boliyan und schwelgen in Erinnerungen an ihre eigene Hochzeit.

Oder mein Bruder, der mit mir Girlanden im Garten aufhängt und dabei dem norddeutschen Schietwetter trotzt. Er tut gerne so, als wäre er zu cool fürs Dekorieren, dabei ist er es, der mir zeigt, wie man die perfekte Serviettenblume faltet.

Oder Rupis deutsche Freundinnen, die sich Saris für die Feier ausleihen und Tanzutorials auf YouTube abspeichern.

Jeder kleine Handgriff ist ein Akt der Liebe, all die Bräutchen, die wir seit Jahrhunderten in meiner Familie bewahren und weitergeben – und das, obwohl wir mittlerweile in Deutschland und nicht mehr im indischen Punjab leben.

»Hallo? Erde an Pree, bist du noch da?« Maya schnippt mit den Fingern vor meinem Gesicht herum, woraufhin ich erschrocken zusammenzucke. Statt einer Antwort bekomme ich nur ein Schluchzen heraus.

Maya rollt mit den Augen. »Was ist es diesmal?«

»Ich glaub, das Pferd«, antwortet Josy.

»Das Pferd?«, kreischt Rupi und springt von ihrem Stuhl hoch. Die aufwendigen Verzierungen ihres roten Brautkleids klimpern gegeneinander wie ein Windspiel. »Warum hat er ein Pferd bekommen und ich nicht?«

Es ist früh am Morgen, zu früh, um ehrlich zu sein. Wir sitzen in einem Nebenraum des Gebetstempels, dem Gurdwara. Meine Cousine Rupi, die Braut, wartet hier darauf, dass sie in die Hochzeitszeremonie einlaufen darf, die draußen bereits in vollem Gange ist. Ihre Brautjungfern, Maya, Josy und ich, sorgen dafür, dass sie dabei vor Langeweile nicht einschläft. Geduld war noch nie Rupis Stärke. Dauert etwas länger als ein TikTok-Video, ist ihre Aufmerksamkeitspanne bereits am Limit.

»Ihr dürft euch noch nicht sehen, falls du das vergessen hast«, brummt Maya. Sie versucht ihre Schwester vom Fenster wegzuziehen, aber Rupi schlägt ihre Hand weg.

»Hör mir auf mit diesem abergläubischen Getue! Außerdem will ich nicht ihn sehen, sondern das Pferd.«

Mit *ihn* ist Rupis Bräutigam gemeint, der, umringt von seiner Familie, gerade auf unseren Gebetstempel zusteuert, hoch zu Ross. Sogar der Sattel und das Pferdezaumzeug sind auf sein rot-goldenes Outfit abgestimmt.

»Aw, es ist wirklich niedlich! Ich verstehe, warum du weinst, Pree«, ruft Rupis aus.

»Danke«, schniefe ich.

»Und der Bräutigam sieht auch ganz okay aus«, fügt sie mit einem Zwinkern hinzu. Rupis versucht, möglichst lässig zurück auf ihren Stuhl zu plumpsen, doch die vielen Tülllagen ihres Kleids bauschen sich zu einem Nest auf, das kaum zwischen die Armlehnen passt.

Ich schnäuze in mein Taschentuch und beuge mich zum Fenster vor.

»Wir sollten uns einprägen, wie seine Schuhe aussehen«, sage ich zu Maya und Josy. »Solange er da oben sitzt, haben wir eine gute Sicht.«

»Goldene und silberne Kringel, klassischer Schnabelschuh mit roter Sohle«, stellt Maya fachkundig fest.

»Stimmt, ihr verlasst mich ja gleich für eure Mission.« Rupis wackelt mit den Augenbrauen. Eins muss man ihr lassen, sie ist die entspannteste Braut, die ich kenne. »Ist es denn nicht langweilig, auf jeder Hochzeit die gleichen Streiche zu spielen?«

»Nicht, wenn man so gut darin ist wie Pree«, erwidert Maya. Sie legt ihren Arm mit einer solchen Wucht um mich, dass ich unter dem Gewicht fast zusammenbreche. »Auf wie vielen Hochzeiten warst du dieses Jahr schon?«

»Ähm ... 14?«

»Und sie hat alle Streiche gewonnen!«

Ein gönnerhaftes Grinsen kratzt an meinen Mundwinkeln. Jedes Familienmitglied hat während einer Hochzeit eine bestimmte Aufgabe, und die Aufgabe der Brautjungfern ist es, harmloses Chaos zu verbreiten.

»Bereit?«, fragt Josy und hakt sich bei Maya unter.

Ich blicke auf mein Handydisplay. Acht neue Nachrichten aus drei Chats und es werden jede Minute mehr. Mein Daumen dreht unsichere Kreise über den Bildschirm, bis ich mir wieder den Blicken der anderen bewusst werde. Ich wische die Nachrichten weg, wische den Gedanken daran weg und nicke.

\*\*\*

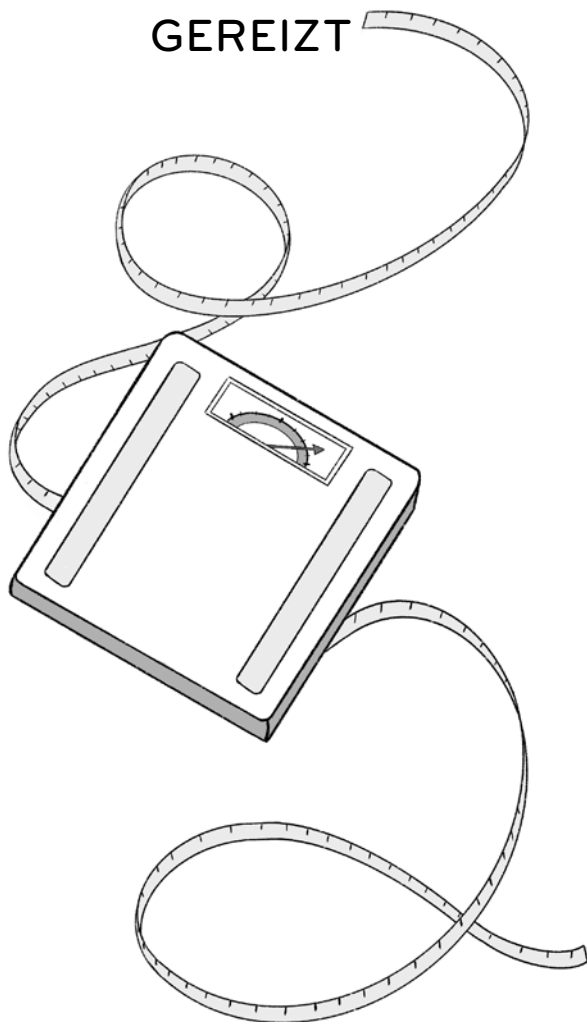
Es liegt mir nicht im Blut, Streiche zu spielen, wirklich nicht. Wenn es sich nicht um eine Hochzeitstradition handeln würde, würde es mir im Leben nicht einfallen, die Schuhe eines erwachsenen Mannes zu stehlen und dafür Lösegeld zu verlangen.

Warum ich trotzdem so gut darin bin? Jahrelange Übung dank der richtigen Connections.

Meine Mutter ist eine professionelle Heiratsvermittlerin. Das klingt altmodisch, ist aber beliebter als man denkt. Wer den Dating-Apps misstraut, aber auch nicht seine Eltern um eine arrangierte Ehe bitten möchte, landet in Mumis Büro. Sie hat eine Datenbank voller potenzieller Matches auf Lager. Ihre Fragebögen fangen einfach an: *Was machen Sie beruflich? Möchten Sie Kinder haben? Wo sehen Sie sich in den nächsten zehn Jahren? Was wünschen Sie sich für Ihre zukünftige Partnerschaft?*

**ANNA DIMITROVA**

GEREIZT





Die Jungs in der Schule hatten damals ein 15-Punkte-System eingeführt, um uns Mädchen zu bewerten. Es gab fünf mögliche Punkte fürs Gesicht, fünf Punkte für den Körper und fünf Punkte für den Charakter. Die erreichte Punktzahl bestimmte nicht nur unseren sozialen Status, sondern auch unseren Spitznamen. Meine Freundin Chrissi war zum Beispiel die Zwölf und ich die Zehn.

»Dein Gesicht und dein Charakter sind beide eine fünf von fünf«, hatte mir der Klassenclown Max damals gütig mitgeteilt. Dass er meinen Körper mit genau null Punkten bewertet hatte, sagte er mir nicht direkt. »Kopf hoch«, meinte er stattdessen. »Dafür haben Models keinen Humor.«

Ich unterdrückte die Wut, die sofort in mir aufstieg, und tat amüsiert: »Echt? Wie viele Models kennst du so?«

Max schwieg. Seine Theorie, dass dünne, hübsche Frauen nicht gleichzeitig witzig sein konnten, war unbegründet. Er dachte, er hätte mir ein Kompliment gemacht: Ich war vielleicht nicht dünn genug, aber dafür konnte ich mit meinen inneren Werten punkten. Was für ein Glück, dass die Jungs in meinem Alter gar nicht oberflächlich waren. *Ha-Ha!*

Im Nachhinein wünsche ich mir, ich hätte mich dagegen gewehrt. Im Nachhinein hätte ich Max gerne gesagt, dass mich die Meinung eines verwöhnten Rich Kid, dessen Celebrity-Doppelgänger der Esel von »Shrek« ist, überhaupt nicht

interessiert. Dafür fehlte mir in der achten Klasse aber einfach der Mut.

Außerdem wäre das gelogen gewesen. *Natürlich* hat mich seine Meinung interessiert. *Natürlich* habe ich mich geschämt, dass meine Oberschenkel doppelt so breit waren wie die meines Sitznachbarn. *Natürlich* fand ich's schade, dass ich die Pullis meiner Kumpels nie ausleihen konnte, weil sie bei mir nicht oversized, sondern klein aussahen. Aber wenigstens hatte ich genug Stolz, um so zu tun, als wäre mir meine Punktzahl egal.

Ich habe nicht versucht abzunehmen. Im Gegenteil: Ich habe umso mehr Süßigkeiten gegessen. Einerseits, weil ich den Jungs aus der Klasse überhaupt nicht gefallen wollte. Andererseits, weil das Essen ein gähnendes Loch in meiner Seele füllte, das im Laufe der Jahre immer größer geworden war.

Doch egal, wie taff ich nach außen wirkte, innerlich war mir eins klar: Max hatte recht. Mein Körper war eine Null. Und manchmal wünschte ich mir, er wäre einfach unsichtbar.

So war's damals.

So ist es auch jetzt.

Wenn meine Freunde gestellte Fotos bei Sonnenuntergang machen, melde ich mich sofort als Fotografin. Schon vor Jahren wurde mir beigebracht, die Bilder aus einem ganz bestimmten Winkel zu knipsen, damit die anderen möglichst gut aussehen. Weil der Winkel bei mir keinen Unterschied macht, bleibe ich lieber hinter der Kamera.

Außerdem vermeide ich Spiegel. Ich bestelle Klamotten nur noch online, damit ich mich nicht in der schlecht beleuchteten Umkleidekabine sehen muss, und ich nehme

inzwischen immer die Treppen, um dem Spiegel im Aufzug auszuweichen. (Ja, das ist mit Abstand der krasseste Teil meines Alltags. Ich *hasse* Treppen.)

Dass ich mich nicht mehr wiege, sollte auch keine Überraschung sein. Schon seit ich ein Kind bin, zeigt die verdammte Waage eine größere Zahl an als die, die meine Eltern sehen wollen. Dementsprechend versteckt meine Mom die Süßigkeiten vor mir, während mein Dad mich beim Essen genau beobachtet und dann Dinge sagt wie »Echt? Hast du immer noch Hunger?« oder »Bist du sicher, dass du das noch essen willst?«. Das führt schließlich dazu, dass meine Oma mir heimlich Snacks ins Zimmer bringt und ich noch mehr davon esse, als wenn ich mir einen kleinen Nachtisch gegönnt hätte. Aber hey: Wenn ich sie in fünf Jahren auf dieses Trauma anspreche, werden meine Eltern sowieso so tun, als könnten sie sich nicht daran erinnern. Was für ein gemeiner Boomer-Trick.

Wenn ich mich mit Freunden treffe, verabreden wir uns »zum Reden«. Würde ich mit ihnen tanzen gehen, müsste ich meinen Körper spüren. Bei Deeptalks kann ich wiederum meine besten Eigenschaften zur Schau stellen: mein Gesicht (5/5) und meinen Charakter (5/5). Danke, Max!

Doch sogar bei solchen Treffen werde ich früher oder später daran erinnert, dass ich auch einen Körper habe.

»Dessi? Ist dir kalt?«

Chrissi, die mir im Restaurant gegenüber sitzt, bäugt mich skeptisch. Ich blicke an mir herunter und stelle fest, dass ich leicht zittere.

»Ähm, ja, ein bisschen«, gebe ich zu und lege meine Hände automatisch unter meine Oberschenkel, um sie zu

wärmen. Obwohl schon Oktober ist, habe ich heute nur eine Ripped Jeans und einen dünnen Pulli angezogen. Keine Ahnung, was ich mir dabei gedacht habe.

»Hier, nimm meine Jacke«, bietet Chrissi großzügig an und beginnt, ihre neonpinke Bomberjacke auszuziehen. Sie besitzt kein einziges Kleidungsstück, das schwarz oder weiß ist. Alles an ihr ist bunt. Inklusive ihrer blauen Haare.

»Nein! Alles gut!«, grätsche ich panisch dazwischen. Ich will ganz bestimmt nicht ihre Jacke anprobieren. »Die wäre mir eh zu klein.«

»Ach, jetzt tu nicht so! Wir haben doch die gleiche Größe.« Chrissi hat sich bereits ausgezogen und drückt mir das pinke Teil in die Hand. Ich seufze.

*Chrissi doesn't see size.* Oder zumindest tut sie gerne so, um ja nicht meine Gefühle zu verletzen. Was sie nicht versteht: Ich habe funktionierende Augen. Ich *sehe*, dass sie deutlich dünner ist als ich (ihr Körper wurde nicht umsonst mit vier von fünf Punkten bewertet).

Ich wäre überhaupt nicht sauer, wenn sie einfach zugeben würde, dass mir ihre Kleidung nicht passt. Das ist ein Fakt. Aber solche Fakten übersieht Chrissi lieber.

»Jetzt komm schon! Probier sie zumindest an!«, fordert sie mich ungeduldig auf.

»Na gut«, gebe ich nach.

Ich sollte Nein sagen. Ich sollte bei meiner Meinung bleiben und die anstehende Demütigung vermeiden. Doch dann meldet sich diese eine kleine Stimme zu Wort. Die Stimme, die mich dazu verleitet, Chrissi zu glauben.

*Vielleicht hat sie recht*, sagt sie verlockend. *Vielleicht bist du dünner als du denkst.*



## KAPITEL 1

Naya Greenbell sitzt in ihrer blauen Schlafanzughose auf dem Boden des schmalen Flures, der die Sporthalle und die Umkleidekabinen miteinander verbindet, und weint. Es ist hier dermaßen eng, dass die anderen aufpassen müssen, nicht über sie zu fallen, während sie verschwitzt an ihr vorbeischlurfen. Und ich mache die Situation auch nicht unbedingt besser, indem ich mich vor sie stelle und damit alle zwingt, einen noch größeren Bogen um uns zu machen.

»Hey, Nay, was ist denn los?« Ich widerstehe dem Drang, mich zu ihr runterzubücken und sie in die Arme zu schließen. Das sollte höchstwahrscheinlich die einzig angebrachte Reaktion sein, wenn man seine beste Freundin in diesem Zustand vorfindet. Aber ich erspare es Naya lieber, mein schweißnasses T-Shirt an sie zu drücken. Es haftet bereits an mir, als hätte ich es mit Sekundenkleber bearbeitet.

»Ich ... kann einfach ...« Sie lässt den roten Ordner in ihren Schoß sinken, vergräbt den Kopf in den Händen und mir wird das Herz schwer. Ich wusste schon, dass irgendwas nicht stimmt, als wir uns heute nicht wie gewohnt an unseren Schließfächern getroffen haben. Sie liegen direkt nebeneinander vor dem Chemielabor, während sich die von Keith und Selma hinter dem Hauswirtschaftsraum im Erdgeschoss befinden.

»Nay, ich hab's dir doch versprochen. Es wird alles gut.«

Naya ist ein Genie. Sie hat Bestnoten, besucht ziemlich viele Schulclubs und kandidiert als Schulsprecherin. Sie ist der Traum eines jeden Direktors. Und jeder Mutter. Vermutlich sogar meiner.

»Nichts wird gut, ich kann's einfach nicht. Die Worte fallen mir immer aus dem Kopf«, jammert Naya. Da bemerke ich erst, dass sie immer noch ihr Schlafshirt trägt. Gott, ich wusste, dass sie das Casting für den Theaterclub aufwühlte, aber damit hat sie ein ganz neues Drama-Level erreicht.

»Denk noch mal an die Eselsbrücke, die wir gestern –«

Mein Satz reißt ab, weil ich nach vorne stolpere und beinahe über Nayas zusammengesunkene Gestalt stürze. Das Mädchen, das mich gerade angerempelt hat, wirft mir im Vorbeigehen einen bösen Blick über die Schulter zu. Sie ist aus der Parallelklasse, deshalb kenne ich ihren Namen nicht, aber ihr ständiges Fluchen ist mir nicht entgangen (ganz zu schweigen von ihren beneidenswert perfekten Augenbrauen). Belustigt flüstert sie ihrer Freundin neben sich etwas zu. Diese muss sich auf die Zehenspitzen stellen, um mich zwischen den anderen zu erkennen. Dann brechen beide in Gelächter aus und meine Haut, die sich gerade erst vom Sportunterricht abgekühlt hat, wird von Neuem heiß.

Die Highschool ist ein Piranhabecken. Nun ja, eigentlich ist es ein Aquarium voller unsicherer Goldfische, die mit dem richtigen Futter blutrünstig werden. Nayas Anblick wäre dafür der perfekte Snack, aber wie schon gesagt, sie ist schlichtweg ein Genie. Also, nicht im geschleimten Sinne. Und auch nicht nur, weil sie es in unter vier Minuten geschafft hat, das Rezept für meine Chocolate Chip Cookies zu perfektionieren (Kokosblütenzucker war die Lösung) –

etwas, woran ich schon seit Monaten gearbeitet habe. Oder wegen der Tatsache, dass sie in der siebten Klasse Platz eins im Buchstabierwettbewerb belegt hat, als die mit Abstand jüngste Teilnehmerin seit es Buchstabierwettbewerbe gibt.

Eher, weil sie schon immer die perfekte Mischung aus Coolness und »unter dem Radar laufen« ist. Keine Ahnung, wie sie das anstellt. Sie sitzt in der Kantine bei Keith, Selma und mir und trotzdem wird sie zu jeder Party eingeladen. Sie postet nichts in den sozialen Medien und ist auch nicht besonders scharf darauf, etwas daran zu ändern. Trotzdem wollen alle unbedingt, dass sie ihre Followeranfragen auf Instagram annimmt. Sie fährt jeden Tag mit dem Schulbus, obwohl sie ihre Mutter einfach nur nach einem Auto fragen müsste, und kassiert trotzdem keine belustigten Blicke. Und sie kann weinend im Flur vor den Umkleidekabinen hocken – *in ihrem Pyjama* – und trotzdem bleibe ich diejenige, die gerade von den Mädchen ausgelacht wurde und nicht sie.

Nicht, dass ich mir jemals wünschen würde, jemand sei gemein zu ihr. Ganz im Gegenteil. Ich wünsche mir vielmehr, sie könnte ihre geheime Fähigkeit mit mir teilen. Stattdessen bin ich seit sechs Jahren ihr sehr uninteressanter Schatten, der zum Glück von sich behaupten kann, die meiste Zeit unsichtbar zu sein.

»Die Eselsbrücke bringt auch nichts mehr. Ich habe die ganze Nacht davon geträumt, dass ich auf der Bühne meinen Text vergesse und Dickens, Wilde, Shakespeare und Hemingway im Publikum sitzen und mich auslachen. Weißt du, was das bedeutet?«

In der Zwischenzeit haben es die letzten aus der Umkleide geschafft und der Flur ist schlagartig leer. Meine



nächste Stunde ist eine Freistunde. Also setze ich mich Naya gegenüber und versuche ihren komischen Traum zu deuten.

»Dass es vielleicht einen Dichterclub im Himmel gibt und die vier sich für Freundschaft und gegen Konkurrenz entschieden haben?«

»Nour!« Sie lacht und wischt sich mit dem Handrücken die Tränen aus dem Gesicht.

»Was denn? Ist doch süß, dass die einen besonderen Boys-Abend planen. Vielleicht gehen sie davor noch essen und probieren ein paar Länderküchen aus. Eine Woche Italienisch, die Woche drauf dann Indisch ...«

»Ich weiß nicht, ob ich denen das zutraue. Dickens ist vermutlich Pfeffer schon zu spicy«, sagt Naya. Wir brechen beide in Gelächter aus, bis ich mir die Hand auf den Bauch presse und versuche, mich zu beruhigen.

»Ich habe übelst Muskelkater vom Kickball. Lachen tut weh.« Ich zeige auf die Doppeltür, die zur Sporthalle führt, und Nayas Blick wird mitleidig. Sie weiß, dass Kickball die Hölle für mich ist, jedes Mal. Ärgerlich nur, dass es auch gleichzeitig zu den Lieblingsspielen von Coach Archer gehört. Dabei bin ich wirklich gut in Sport. Aber Kickball ... ich kann's nicht erklären, alles an dem Spiel fühlt sich so unglaublich brutal und persönlich an.

*Wieso werfen die anderen ausgerechnet mich ab?*

*Wieso soll ich jemanden abwerfen, wenn er gerade seine Bestleistung zu erzielen versucht?*

Mum sagt oft, dass ich mir jede Kleinigkeit viel zu sehr zu Herzen nehme und einfach zu nett bin. Na ja, beides lässt sich nur schwer abstreiten. Ich kaufe im Supermarkt immer das erste Stück Obst, das ich berühre, auch wenn es nicht mehr

gut ist, aus Angst, niemand könnte es mitnehmen. Regelmäßig trenne ich den Müll unseres Nachbarn, Mr. Henriks, wenn er das Papier wieder in die falsche Tonne geschmissen hat, damit der Mann von der Müllabfuhr sich nicht hingetangenen fühlt. Und ich lasse jeden meine Hausaufgaben abschreiben, völlig egal, ob die Lehrkraft sie anschließend einsammelt und die ähnlichen Antworten auffallen könnten. Dabei ist mir auch nicht wichtig, wie freundlich oder gemein die Person vorher zu mir war. Wenn mich das Flurmädchen mit dem bösen Blick in der nächsten Stunde nach meinen Hausaufgaben fragt, würde ich nicht mal überlegen. So bin ich eben. Die nette Nour, die keine Schwierigkeiten macht.

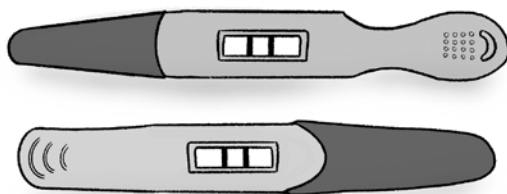
»Nein, jetzt mal wirklich. Ich kann das nicht. Ich bin einfach nicht dafür gemacht, auf einer Bühne zu stehen. Meine Mutter hat recht, ich sollte Astronautin werden und den Nonsens mit dem Schauspielern vergessen.«

Vehement schüttle ich den Kopf. Ich nehme den roten Ordner an mich, schlage ihn auf und muss ein Schmunzeln unterdrücken. Es ist ein wenig weird, dass Naya recht damit hat. Tatsächlich würde ihr eine Ausbildung zur Astronautin leichter fallen als die wenigen Zeilen auswendig zu lernen, um für eine Rolle in einem Low-budget-Schultheaterstück besetzt zu werden. Ich lese mir die Wörter durch, als könnte ich sie nicht bereits im Schlaf. Wir üben schließlich seit über drei Wochen. Zum Pech ihrer strapazierten Nerven ist Naya unglaublich begabt. Wenn sie den Text erst mal draufhat, spürt man ihr Talent mit jedem Buchstaben, den sie über die Lippen bringt.

Doch ihr sonst so messerscharfer Verstand setzt einfach aus, wenn sie vor Publikum spielen soll.

**JUSTINE PUST**

DIE STIMME, DIE WIR FANDEN



Sie stürzen sich wie Raubtiere auf jede meiner Tränen.

Wie Haie, die auch den kleinsten Tropfen Blut riechen können. Und sie werden erst damit aufhören, wenn sie alles von mir verschlungen haben.

Der Montagmorgen beginnt wie der Freitag geendet hat – mit einem Unterschied: Dieses Mal werfen sie nicht nur Blicke und Worte nach mir, sondern Bälle.

Die Turnhalle riecht nach einer beißenden Mischung aus süßem Deo und Schweiß – und schallendem Gelächter. Sie lachen über mich, während ich hilflos versuche auszuweichen, aber die gestapelten Trainingsmatten versperren mir den Weg. Ein schmerzhafter Treffer auf meinen Oberschenkel, gefolgt von Jubel.

»Fang, Biona!«, ruft jemand. Und ich werde am Kopf erwischt. Nur verschwommen kann ich erkennen, wer dahintersteckt: Tonja. Ihr hellblondes Haar ist zu einem langen Pferdeschwanz gebunden, der absurd fröhlich hin und her schwingt, während sie den nächsten Ball gereicht bekommt und erneut auf mich zielt.

Wären wir in einer dieser Highschool-Serien, wäre sie die Anführerin. Doch so läuft es hier nicht. Wir sind nicht in L.A. oder New York, sondern mitten in Brandenburg. Alle aus den umliegenden Dörfern gehen auf diese Schule. Ein Sammelbecken, in dem die Haie genauso schwimmen wie

die Schildkröten, die sich am liebsten in sich selbst zurückziehen. Meine Mutter hat immer gesagt, dass Dorfleben sei gut für uns. Friedlich. Und ich weiß, dass andere Menschen das auch denken.

Aber das, was unsere Eltern als friedlich betrachten, ist für die meisten von uns langweilig. Langeweile sorgt dafür, dass aus den nettesten Personen irgendwann Monster werden.

Der nächste Ball trifft meinen Brustkorb und der Aufprall raubt mir für einen Moment den Atem. Der Schmerz ist das eine. Doch viel schlimmer als ihn fühle ich brennende Tränen in meinen Augen. Ich will einfach verschwinden, unsichtbar werden, damit keiner der Haie sich weiter an mir festbeißen kann. Damit meine Schreie nicht mehr in dem Meer aus Gelächter untergehen. Damit all das hier endlich vorbei ist.

Ich halte die Hände vor mein Gesicht, versuche mir eine kleine Mauer aus mir selbst zu schaffen. Doch es hilft nichts. Irgendwann sinke ich auf meine Knie, rolle mich auf dem stinkenden Boden der Turnhalle zusammen und warte darauf, dass all das vorbei ist.

Das Quietschen der Turnschuhe stoppt plötzlich.

»Was geht hier ab?«, höre ich jemanden rufen. Aus dem Augenwinkel erkenne ich ein Mädchen aus der Parallelklasse. »Wenn ihr nicht sofort aufhört, hole ich ...«

»Chill mal, Elif«, schnaubt Tonja.

Wieder trifft mich ein Ball, aber ich gebe keinen Mucks von mir.

»Ich hab gesagt, du sollst aufhören!«, ruft Elif.

Tonja lacht auf. »Das ist nicht dein Business.« Und irgendwie rechne ich mit einem weiteren Treffer, aber nichts

passiert. Die anderen warten darauf, was Tonja tut, und die konzentriert sich voll und ganz auf Elif.

»Pass lieber auf, dass es nicht zum Business der Lehrer wird«, sagt Elif und macht einen Schritt auf Tonja zu. Was auch immer sie da macht, sie sollte es lieber lassen. Denn wir wissen alle, dass es das nur noch schlimmer macht. Wenn ein Hai wütend wird, hört er nicht auf dich zu jagen, sondern beißt umso fester zu.

Mit dem Klingeln zur Pause ist meine Erlösung endlich da.

Das Lachen verklingt, während ich weiter auf dem Boden liegen bleibe. Nur zur Sicherheit.

Langsam richte ich mich auf. Die roten Flecken auf meiner Haut und die Spuren der getrockneten Tränen sind das Einzige, was ich noch fühlen kann. Alles andere ist seltsam gefühllos.

An die Trainingsmatten gelehnt, warte ich noch einen Moment, spitze die Ohren und hoffe, dass ich nun endlich allein bin. Denn alles andere würde nur dafür sorgen, dass es weitergeht.

»Biona, was machst du denn noch hier?«, höre ich die Stimme der Sportlehrerin. Offenbar ist sie von ihrer nicht ganz so heimlichen Raucherpause wieder da. Zu spät. Wie immer. Ich mache mir nicht die Mühe, ihr zu antworten.

»Ist irgendwas passiert?«

Ich ringe mir ein Lächeln ab und schüttle den Kopf, denn das ist es, was sie von mir sehen will. Vorsichtig setze ich einen Fuß vor den anderen und lasse die Tür zu den Umkleiden hinter mir ins Schloss fallen.

Als würde mein Körper seine letzte Kraft aktivieren,

sprinte ich zu den Toiletten. Bittere Galle klatscht auf das vergilbte Porzellan. Ich würge alles aus mir heraus. Jedes unausgesprochene Widerwort der letzten Stunde, jede ungeweinte Träne und all die Ängste, die meinen Körper zittern lassen.

Während ich mir das Gesicht wasche, denke ich darüber nach, einfach nach Hause zu gehen. Einfach wegzulaufen, wie ich es in der vergangenen Woche oft getan habe. Nur wird das dafür sorgen, dass ich Fragen beantworten muss, über die ich gerade nicht reden will.

»Du bist selbst schuld«, flüstere ich meinem Spiegelbild zu. Die verquollenen Augen scheinen nicht mir zu gehören, sondern einer Version von mir, die ich nie sein wollte. »Du bist selbst schuld.«

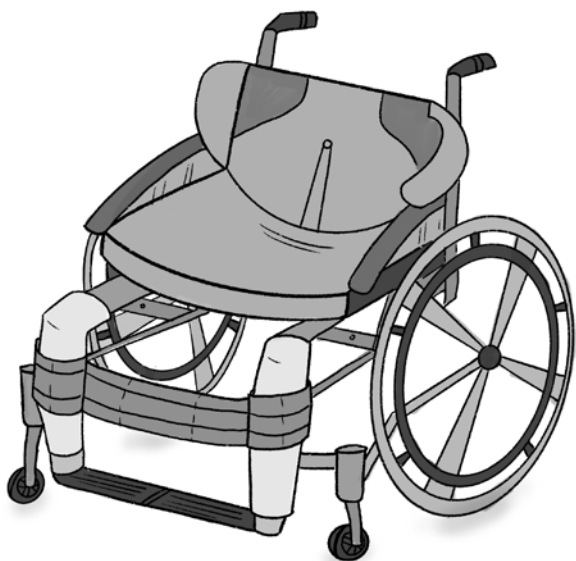
Der übergroße graue Hoodie verdeckt die Spuren des Sportunterrichts. Ich zwingen mich dazu, ein paar Schlucke zu trinken. Doch das Wasser vertreibt weder den schlechten Geschmack in meinem Mund noch die Übelkeit. Nicht nur die Schule, sondern auch mein Körper hat sich gegen mich verschworen. Das ganze verdammte Universum.

Auf dem Weg nach draußen drücke ich meinen Rucksack enger an mich. Der Gestank der Turnhalle wird von dem Geruch nach Regen abgelöst. Den Blick starr auf den Boden gerichtet, laufe ich über den Schulhof, vorbei an den anderen, die sich in Grüppchen versammelt haben. Ihr leises Murmeln umhüllt mich wie ein vertrauter, aber unangenehmer Mantel.

Immer wieder kann ich Wortfetzen hören, die nicht für meine Ohren bestimmt sind, und vielleicht gerade deswegen doppelt so laut in meinem Inneren widerhallen.

**KATHARINA SECK**

DEIN LACHEN AUF  
MEINE KOSTEN





## KAPITEL 1

Die Bemerkung, die Livs Welt in Stücke reißt, ist ganz leise, eigentlich kaum im lauten Gerede der Klasse auszumachen. Und hätte sie in diesem Augenblick nicht gerade verträumt aus dem Fenster geschaut und die Gedanken schweifen lassen, hätte sie sie vielleicht gar nicht gehört. Dann wäre sie an ihr vorbeigegangen und hätte sich nicht wie ein Splitter in ihr Herz gebohrt, um das Loch, das da eh schon war, weiter zu vergrößern.

*Klang wie Livs Bein letztes Jahr im Sportunterricht.*

*Klang wie Livs Bein letztes Jahr im Sportunterricht.*

*Klang wie Livs Bein letztes Jahr im Sportunterricht.*

Der Satz hämmert in ihrem Kopf, einmal, zweimal, hundertmal. Er sitzt da fest wie ein Nagel, mit Wucht hinein-gezimmert. Sie weiß nicht mal, wer genau ihn gesagt hat. Irgendein Junge in der letzten Reihe, Tim vielleicht oder Gustav oder Ali, sie hat keine Ahnung. Sie lachen alle drei und alle anderen lachen mit. Wegen eines Bleistiftes, der auf den Boden gefallen und dabei auseinandergebrochen ist. Und sie sehen Liv an mit diesem Blick, von dem sie genau weiß, was er bedeutet: *Komm, lach du auch mit. Um dich geht es ja schließlich.*

Und eigentlich tut Liv immer genau das: Sie lacht mit. Lacht, wenn jemand Witze über sie macht. Über ihren Körper. Oder über den Rollstuhl, der sie sicher und zuverlässig

von einem Ort zum anderen trägt, der ihr Freiheit gewährt. Manchmal ist sie sogar diejenige, die mit den Witzen anfängt. Vor Jahren nahm alles seinen Lauf. Und Liv hat mitgemacht. Damit hat sie wohl inoffiziell allen die Erlaubnis erteilt, dass das schon okay so ist.

Und jetzt hat sie den Salat. Jetzt sitzt sie hier und ihr Herz schmerzt auf dieselbe Weise, wie ihr Körper manchmal schmerzt. Denn wenn etwas bricht, tut es immer weh, da ist es egal, ob es ein Knochen oder das Herz ist. Doch was man von außen nicht sehen kann, ist unsichtbar. Was man von außen nicht sehen kann, existiert nicht. Was man von außen nicht sehen kann, kann ja nicht so scheiße wehtun.

Denken zumindest die Leute. Aber die gucken einem ja auch nur vor den Kopf. Die sehen nicht, was unter der Haut sitzt, welcher Schmerz sich da tief vergraben hat.

*Klang wie Livs Bein letztes Jahr im Sportunterricht.*

*Klang wie Livs Bein letztes Jahr im Sportunterricht.*

*Klang wie Livs Bein letztes Jahr im Sportunterricht.*

Frau Albrecht, die Deutschlehrerin, kommt rein und holt Liv zurück ins Hier und Jetzt. Sie wünschte, Farah, ihre Sitznachbarin, wäre da und würde sie unterstützen, doch die ist heute krank. Wie soll Liv sich nun bloß auf den Unterricht konzentrieren? Gleich muss sie ein Gedicht rezitieren, nicht den immer gleichen Satz in ihren Gedanken. Das muss sitzen, denkt sie, genauso wie jeder Unterrichtsstoff immer sitzen muss und jede Note und jedes Zeugnis. Weil Liv immer das Gefühl hat, sie muss ihre Behinderung ausgleichen. Als wäre das ein Minuspunkt auf der Karmakarte. Ein Teil von ihr weiß, dass dieses Denken falsch ist, dass ihr Wert davon nicht abhängt. Aber ein anderer Teil ist sich sicher, dass viele

Menschen da draußen es eben doch genauso sehen. Sie nehmen Liv nur ernst, wenn sie *irgendwas* richtig gut kann.

*Klang wie Livs Bein letztes Jahr im Sportunterricht.*

*Klang wie Livs Bein letztes Jahr im Sportunterricht.*

*Klang wie Livs Bein letztes Jahr im Sportunterricht.*

Fuck, denkt Liv, die Reime in ihrem Kopf geraten aus dem Takt, Paarreim, Kreuzreim, Schweifreim, alles wirbelt durcheinander. Die Zeilen, die vor ihr auf dem Papier stehen, verschwimmen vor ihren Augen. Wann ist der Unterricht endlich vorbei? Sie sehnt sich nach dem Gong, der das Ende der letzten Schulstunde verkündet. Noch 40 Minuten. Zwischen durch hört sie leises Lachen aus der letzten Reihe und fühlt sich direkt angesprochen.

Liv weiß nicht mehr, seit wann sich alles in ihr zusammenkrampft, wenn in ihrer Klasse gelacht wird, wann es angefangen hat, so wehzutun. Und sie weiß nicht, wann es aufgehört hat, lustig zu sein oder ob es das überhaupt jemals war.

Der Gong ertönt und alle packen ihren Kram zusammen, Liv auch. Sie ist ein bisschen langsamer als die anderen und meistens verlässt sie den Klassenraum als Letzte.

Eine ihrer besten Freundinnen, Tara, die in der Parallelklasse ist, wartet schon draußen auf dem Flur. Sie trägt einen auffälligen Pullover in Regenbogenfarben, die rötlichen Locken fallen ihr wild in die Stirn.

»Hey«, sagt Tara und umarmt Liv euphorisch, aber auch vorsichtig, denn Liv sollte man nicht zu fest umarmen. Ihr Herz hält das zwar aus, doch die Knochen sind nicht ganz so stabil.

»Hi«, sagt Liv.

»Du siehst ... bescheiden aus«, sagt Tara, die ihre Freun-

din eindringlich mustert. Tara ist eine Hellseherin. Die checkt immer alles, manchmal sogar, bevor Liv es selbst begriffen hat.

»Es war auch ein Scheißtag«, murmelt Liv und rollt mit den Augen. Sie gibt sich cool, tut so, als wäre ihr das, was passiert ist, nicht nahegegangen.

Nebeneinander gleiten sie über den Flur. Die Türen schwingen elektrisch auf. Es hat viele Jahre gedauert, bis die Schule verstanden hat, dass sie sie vom Rollstuhl aus nicht einfach aufzaubern kann.

»Warum?« Tara wirft sich die Umhängetasche über die Schulter. Wenn man sie nicht kennt, muss man nur einen Blick auf diese Tasche werfen und man weiß genau, wer Tara ist. Über und über mit Patches versehen, trägt sie ihre Überzeugungen stolz vor sich her, scheut sich nicht vor Schlachten auf den Schulfluren, in den Fußgängerzonen, im Supermarkt. Liv fehlt dafür die Kraft, das schafft sie nicht auch noch.

»Ach, keine Ahnung«, sagt Liv. »Irgendwer hat einen beschissenen Witz gerissen. Einer aus der letzten Reihe.«

»Die reißen doch immer schlechte Witze.«

»Ja, das schon.«

Tara mustert sie. »Oder meinst du über dich?«

Liv nickt.

»Ach, fuck«, sagt Tara nur. Sie kennt das schon, sie reden immer wieder darüber. Über die Jungs in der letzten Reihe und über den Rest, der einfach nur mit lacht.

»Du musst denen mal sagen, dass sie ihre Scheißklappe halten sollen«, mahnt Tara. Immer die gleiche Leier, als würde Liv nicht wissen, dass sie sich wehren sollte. Dass sie

sagen sollte: Ich will das nicht, das tut weh. Einmal hat sie das gemacht, vor zwei Jahren muss das gewesen sein. Da hat sie gesagt: Hört auf, das ist respektlos!

Aber Tim hat Liv nur angesehen und noch mehr gelacht. Chill mal, meinte er damals, das ist doch nur ein Witz.

*Das ist doch nur ein Witz.*

So einfach ist das. Was anderen wehtut, verpackt man eben als Witz, als Joke, als *ist doch nicht ernst gemeint* und *stell dich nicht so an*. Und wenn Liv dagegenhält, ist sie eine Spielerin, eine Spaßbremse, eine Spielverderberin. Dabei geht es doch um ihren Körper und ihre Krankheit.

Draußen ist es kalt, der Wind fährt ihr kühl unter die Jacke. An der Straße wartet schon das Taxi, das Liv jeden Tag zur Schule und wieder nach Hause bringt.

»Du lässt das nicht an dich rankommen, ja?«, sagt Tara und kneift die Augen zusammen.

»Natürlich nicht«, murmelt Liv und macht eine wegwerfende Handbewegung.

Aber wenn sie ehrlich ist, ist das eine Lüge. Eine große Lüge, die immer größere Löcher in ihr Herz frisst.

**RABIA DOĞAN**

UND DANN KAM DER MUT



Es gab eine Zeit in meinem Leben, in der ich es wie alle anderen gehasst habe, wenn die Sommerferien zu Ende gingen. Wenn ich nicht mehr den ganzen Tag lang mit meinen Freundinnen Fußball spielen konnte im Park, der vom Dünensand ganz staubig war. Kein Zitroneneis mehr, das vom Stiel schmolz, und keine geflochtenen Blumenkronen mehr. Nach den Wochen der Freiheit mussten meine offenen Haare wieder dem strengen Zopf und der kratzigen Schuluniform weichen.

So war es jedes Jahr, bis der leichte Geschmack des Sommers mit einem Mal bleiern und eklig wurde und der sonnige Himmel ganz kalt und grau aussah vor lauter surrender Drohen. Das war das Jahr, in dem die Schulen frühzeitig geschlossen wurden. Niemand wusste, wann wir wieder in den Reihen sitzen würden oder was uns überhaupt in den nächsten Monaten erwartete.

Das war das Jahr, in dem wir flohen.

Meine Eltern, die sonst auf fast alles eine Antwort hatten, wurden immer stiller. Mit jeder Nachrichtensendung im Fernsehen und jeder Berichterstattung im Radio, das von nun an zu Hause in Dauerschleife lief. Jedes Mal, wenn wir eine Explosion hörten – egal ob nah oder fern – flüsterte meine Mutter ein Gebet, das sie meiner Schwester Zahra und mir zupustete. In der Hoffnung, dass es uns beschützte,

gefolgt von einem »Es wird besser werden. Es wird besser werden müssen.«

Doch es wurde nicht besser. Natürlich wurde es nicht besser. Niemals.

»Hast du dein Hausaufgabenheft eingepackt, Dalia?«, fragt Zahra. Sie steht vor dem Spiegel und zieht sich einen so dicken und auffälligen Eyelinerstrich, als würde sie gleich auf eine Party gehen, statt in die elfte Klasse.

»Ja, habe ich«, antworte ich und verdrehe die Augen.

Am liebsten würde ich hinzufügen, dass ich das schon am Vorabend erledigt habe. So mache ich das immer. Mein Outfit rauslegen, die Schultasche packen und sogar ein Butterbrot schmieren, das dann im Kühlschrank bis zum nächsten Morgen auf mich wartet.

Die Zeiten, in denen ich nicht in die Schule gehen wollte, sind längst vorbei. Ich freue mich jedes Mal auf das Ende der Ferien, um endlich wieder lernen zu können.

»Na dann, los! Sonst verpasst du den Bus«, sagt sie mit strengem Blick. Manchmal tut sie so, als wäre sie meine Mutter und nicht meine große Schwester. »Schreib mir außerdem, sobald du in der Klasse bist! Ich will wissen, wie sich die Schule entschieden hat.«

Seitdem wir in Deutschland sind, bin ich in einer sogenannten Willkommensklasse. Eine Klasse, die extra für Kinder gegründet wurde, die aus einem fremden Land kommen und noch Probleme mit der deutschen Sprache haben.

»Ich bin optimistisch«, sage ich und springe auf. Ich muss optimistisch sein. Doch ehrlich gesagt bereitet mir das Ganze echt Bauchschmerzen.



Schon seit zwei Jahren stellen wir den Antrag auf den Wechsel in eine Regulärklasse. Jedes Mal wird er bei der Schulleitung eingereicht, die darüber entscheidet, ob ich bereit bin.

Und ich bin so was von bereit.

Meine Schwester reibt ihre Lippen aufeinander, nachdem sie knallpinke Farbe aufgetragen hat. Ich dürfte das niemals. Unsere Mutter würde es nicht zulassen. Unfair.

Stattdessen kämme ich mir mit den Fingern durch den Pony. Ich muss dringend Melek fragen, ob sie ihn mir wieder schneidet.

»Los!«, sagt meine Schwester und zeigt auf die Tür. »Dein Bus kommt in fünf Minuten.«

»Ich weiß.« Genervt verdrehe ich die Augen. Ich bin immer pünktlich. Sie ist diejenige, die regelmäßig zu spät zur ersten Stunde kommt. »Du musst mir das nicht sagen. Kümmer dich um deinen Kram!«

Damit greife ich nach meinem Rucksack und werfe ihn über die Schulter. Zahra will sich noch beschweren und schmeißt mir irgendwelche Worte hinterher, aber ich höre sie schon nicht mehr und knalle die Tür hinter mir zu.

Das ist mit Abstand das Nervigste an unserer Wohnung hier: Wir müssen uns ein Zimmer teilen. Statt einen eigenen Rückzugsort zu haben, bin ich gezwungen, mir jeden Tag ihre Jungsprobleme anzuhören, die sie mit ihrer besten Freundin lauthals am Telefon bespricht.

Sie sollte lieber für ihre Klausuren lernen. Das würde sie zumindest weiterbringen, als nur bis in die Arme irgendwelcher Typen.

Ich will unbedingt mein Abi machen, damit ich danach

Medizin studieren kann. Mama war Krankenschwester in Syrien. Hier in Deutschland wurde ihr Abschluss allerdings nicht anerkannt. Deshalb ist sie nun als Altenpflegerin tätig, was deutlich schlechter bezahlt wird.

»Ich gehe!«, schreie ich aus dem Flur und ziehe mir die Schuhe über.

»Willst du nichts für die Schule mitnehmen?« Mama steht in der Küchentür und hält mir meine Barbie-Brotdose aus dem Kühlschrank hin. Die benutze ich schon seit Jahren. »Viel Spaß«, sagt sie schmunzelnd, woraufhin ihr Tonfall mit einem Mal deutlich ernster wird. »Überanstreng dich nicht, ja?«

Sie macht sich immer Sorgen. Nur weil ich eine Zeit lang mit Kopfweh nach Hause gekommen bin. Okay, ich konnte nach der Schule oft vor Schmerzen die Augen nicht offenhalten. Ohne eine Tablette ging nichts mehr. Das käme vom Stress, meinte der Arzt, als Mama mich nach Wochen ohne Besserung zu ihm schleppte. Seitdem fassen meine Eltern mich mit Samthandschuhen an.

Sie verstehen aber nicht, *wie sehr* ich Abitur machen will, *wie sehr* ich Medizin studieren und Ärztin werden möchte. Dass mir das so viel wichtiger ist als alles andere.

Als ich aus der Tür trete, ist der Bus schon in der Kurve. Ich muss also rennen, um ihn noch zu bekommen. Der Fahrer wäre der letzte Mensch, der warten würde. Er hat mich schon einige Male stehen lassen, sogar im Winter oder bei strömendem Regen.

Geschafft! Außer Atem und mit rasendem Herzen gehe ich den engen Gang bis nach hinten durch. Dort, wo schon meine beste Freundin Melek auf mich wartet.

# INHALTSWARNUNG

Dieses Buch enthält potenziell belastende Themen. Dazu gehören:

Angst/Panikattacken, Body Issues/Fatshaming, destruktives Verhalten, Diskriminierung aufgrund einer Behinderung und/oder chronischen Erkrankung (Ableismus), Essstörung, Kriegs- und Fluchterfahrungen, Mobbing/Cybermobbing, Queerfeindlichkeit/Lesbophobie, Rassismus, ungewollte Schwangerschaft/Schwangerschaftsabbruch, Sexismus/Slutshaming, schulischer Leistungsdruck, toxische Freundschaften

Bitte passt auf euch auf.